

الحلويات

هريسة بالمكسرات



– رشة من الخميرة
– قليل من السمن الحيواني
– قليل من الفستق الحلبي والكاجو
المفرومين فرما خشنا
– ملعقة صغيرة من الطحينية
– 350 غراما من القطر

المقادير:

– 200 غرام من السميد الناعم
– 170 غراما من السكر
– 100 مليلتر من الماء
– 100 غرام من الزبادي

طريقة التحضير:

الحلبي والكاجو.
– يتم إدخال هذه الصينية إلى فرن ذي حرارة متوسطة، لمدة 45 دقيقة، ثم تقطع حسب الرغبة، ليتم إرجاعها إلى الفرن لمدة خمس دقائق إضافية.
– يسكب القطر الساخن عليها
والذي يعد عبر مزج الماء والسكر
وتحريكهما حتى الغليان والتماسك،
وقليل من السمن الساخن.

– في وعاء، يمزج كل من السكر
والماء والزبادي والخميرة جيدا،
وذلك حتى يذوب السكر. يضاف
السميد إلى هذا المزيج، مع التحريك
بسرعة حتى يتماسك.
– يغطى هذا المزيج، ويوضع في
وعاء لمدة ست ساعات، حتى يختمر.
– يقلب هذا المزيج مجددا حتى
يتجانس، ثم ينقل إلى صينية
مدهونة بالطحينة. وينثر الفستق

المقبلات

كبة الحامض



1/4 كوب صلصة بندورة (معجون)
1/2 ملعقة صغيرة حمض الليمون
1/4 ملعقة صغيرة ليمون جاف
مطحون (ليمون عماني لومي)
4 اكواب مرق دجاج
كوب ماء
1/2 كيلو لفت مغسول ومقطع أربع
قطع
1/2 كيلو ورق سلق مقطع شرائط
أو سبانخ

المقادير:

كوبا أرز
1/2 كيلو لحم مفروم
3 ملاعق صغيرة كمون مطحون
ملح وفلفل
3 بصلات صغيرة
4 ملاعق كبيرة زيت نباتي
ملعقة صغيرة بهارات مخلوطة
ملعقتان كبيرتان بقودونس مفروم

طريقة التحضير:

تملى كبة الأرز بقليل من مزيج اللحم
المفروم المطهو وتقلل بإحكام مع مراعاة
تبديل الأيدي لتشكيل بسهولة مثل
الأقماع الصغيرة.
في نفس الأثناء يسخن المتبقي من
الزيت وتقطع البصلة المتبقية إلى قطع
صغيرة وتحمر لمدة عشر دقائق.
تضاف صلصة البندورة وتخلط
جيدا حتى تمتزج وتضاف إليها الملحقة
الأخيرة من الكمون وحمض الليمون
والليمون المطحون.
يضاف المرق والماء وتبذل بالمح
والفلفل، وعند البدء في الغليان توضع
كبة الأرز المحشوة باللحم وتترك لمدة
15 دقيقة حتى تبدأ في الغليان ثانية.
تخفف الحرارة ثم تضاف قطع اللفت
وشرائط السلق، وتترك حتى ينضج
اللفت تماما.
يراعى إضافة قليل من المرق أو الماء
إذا كانت الصلصة سميكة كما يمكن
إضافة قليل من الأرز المطحون إذا كانت
الصلصة سائلة.

يغسل الأرز ويجفف ثم يطحن إلى أن
يصبح مسحوقا ناعما كالدقيق.
توضع بصلة واحدة بعد تقطيعها في
الخلط الكهربائي وتطحن ثم يضاف
إليها الأرز المطحون.
يضاف اللحم المفروم ويراعى أن
تكون كميته نصف كمية الأرز المطحون
ويخلط جيدا حتى يصبح كالعجين.
يتبل بالملح والفلفل وملعقة من
الكمون المطحون ويمكن إضافة قطعتان
من التلج إذا تطلب الأمر.
تفرد واحدة من البصل ويسخن
الزيت ثم يضاف إليه البصل والبهارات
وملعقة من الكمون المطحون وتقلب
حتى يصبح البصل ذهبيا.
يضاف اللحم المفروم ويقلب ويتبل
بالمح والفلفل ويضاف إليه البقدونس
ويترك على النار حتى ينضج تماما
ويترك جانبا حتى يبرد.
يقسم عجين كبة الأرز إلى كورات في
حجم عين الجمل (الجوز) ويضغط
عليها حتى تشكل حفرة.

فتة بصاصة الطماطم



المقادير:

قطعتا خبز عربي مربعات
(محمصة)
بقودونس للتزيين
اللفتة:
قطعتا موزة ضان (1/12
كيلو)
كوبا أرز مصري
6 أكواب ماء
حبثا جزر مقشر مقطع
حلقات
عودا كرفس مقطع مكعبات
حبثا بصل متوسطة
مقطعتان مكعبات
ورقتا غار (لورا)
حبثا مستكة حب
4 قرنفلت صحية
عودا قرفة
3 حبات جبهان حب
(هيل)
ملح وفلفل
ملعقتان كبيرتان سمن

طريقة التحضير:

والخل والمرق ويتبل بالملح والفلفل مع
التقليب الجيد ويترك حتى يبدأ الخليط في
الغليان.
– تخفف الحرارة ويترك لمدة 10 دقائق حتى
تتركز الصلصة.
– يوضع الخبز المحمص (يترك القليل منه
للتزيين) في طبق التقديم وترش عليه التقلية
ويترك لبضع دقائق حتى يتشرب منها.
– توضع طبقة من الأرز فوق الخبز ويصب
كوب من المرق، ثم توضع قطع الموزات وتصب
صلصة الطماطم حسب الرغبة أو تقدم في
وعاء جانبي.
– تزين الفتة بالخبز المحمص والبقودونس
الطازج وتقدم ساخنة.

بتداخل مع السمن ثم يضاف 2/1 كوب من
الماء (يمكن استخدام خليط من الماء مع المرق)
ويتبل بالملح ويترك حتى يبدأ في الغليان.
– تخفف الحرارة ويغطي الإناء ويترك لمدة
20 دقيقة أو حتى تمام النضج.
– يسخن الزيت في مقلاة على نار متوسطة،
ثم يضاف الثوم المفروم ويقلب لمدة دقيقتين
أو حتى يصبح ذهبي اللون، ثم ترفع نصف
كميته جانبا.
– يضاف الخل والمرق ويتبل الخليط بالملح
والفلفل ويترك حتى يبدأ في الغليان ثم يرفع
جانبا.
– توضع نصف كمية الثوم المحمر في مقلاة
على نار متوسطة، وتضاف صلصة الطماطم

– تغسل الموزات وتوضع لمدة 3 دقائق في
ماء مغل بحيث يغطيها ثم ترفع جانبا، مع
التخلص من الماء.
– يغسل الأرز جيدا ويصفى.
– يسخن الماء في إناء على نار متوسطة
وتضاف الموزات والخضار والبهارات ويتبل
بالمح والفلفل.
– عندما يبدأ الخليط في الغليان تخفف
الحرارة، ويترك لمدة 45 دقيقة حتى ينضج
اللحم تماما مع مراعاة إزالة أريم (الزبد) من
سطح المرق كلما ظهر.
– ترفع الموزات جانبا ويصفى المرق.
– يوضع السمن في إناء آخر على نار
متوسطة ويحمر الأرز لمدة 3 دقائق أو حتى

أرز بالروبيان والبازيلا



المقادير:

– 400 غرام بازلاء.
– 3 أكواب ونصف
الكوب من مرق دجاج.
– ملح وفلفل أسود
حسب الرغبة.
– ملعقتان صغيرتان
زيت الزيتون.
– نصف كوب بصل
مفروم.
– 600 غرام روبيان
مقشر.
– رأس ثوم مفروم.
– كوب أرز.
– نصف كوب جبنة
بارميزان.
– ملعقتان كبيرتان
بقودونس مفروم.

طريقة التحضير:

للأرز وإخلاه جيدا.
8 – ثم اسكي الخليط في طبق
التقديم وزينه بالجبنة والبقودونس
وبالعافية.

مع كوب من مرق الدجاج واتركيه
حتى ينضج الأرز.
6 – وقومي بإضافة مرق الدجاج
للأرز كلما جف مرق الدجاج عن
الأرز.
7 – ثم اضيفي الروبيان والبازيلا

3 – ثم اضيفي له الملح والفلفل
وقليه لمدة 5 دقائق.
4 – ثم اضيفي الروبيان والثوم
واتركيه حتى ينضج.
5 – ثم ارفعي الروبيان وضعيه
جانبا، اضيفي الأرز للبصل والثوم

1 – اطحني البازيلا في ماء مملح
لمدة 5 دقائق ثم انقعيه في ماء بارد.
2 – ثم صفيه وضعيه جانبا،
سخني مرق الدجاج ورشيه بالملح
والفلفل واتركيه، وفي وعاء آخر اقلي
البصل في زيت الزيتون.

السلطات

سلطة المعكرونة الفرنسية

المقادير:

نصف باكيت معكرونة
حلزونية مسلوقة
زيتون حلقات
صلصة:
ملعقتا مايونيز
ملعقتا زيت زيتون
قليل من فلفل الأسود
ليمونة
ملعقة خل

علبة واحدة من ذرة أصفر
مصفاة من مائها
قليل من الخس شرائح
حبثا طماطم مقطعتان
مربعات
علبة جبن كرافت مقطعة
مربعات
حبثا خيار مقطعتان
مربعات

طريقة التحضير:

تخلط جميع مقادير الصلصة جيدا
تخلط الخضار والمعكرونة جيدا ثم تتبل بالصلصة وتقلب
بالمعلقة بلطف ثم تقدم

